



Tĩnh tấn tu tập nhiếp phục thân khẩu ý thanh tịnh

ISSN: 2734-9195

15:07 31/05/2023

Tổ sư kết luận rằng: “Những pháp mà chúng sinh mãi sàng lựa kinh nghiệm, khổ nhọc trong đời, rốt cuộc chỉ được cái chơn như, và đến với chân như”. Chân như là bản tính tự nhiên của chúng sinh, nó chân thật, không hư vọng, như nhiên, không sinh không diệt, thoát ly ý niệm, tướng trạng phân biệt.

HT.Thích Giác Toàn

1. ĐẠI Ý CỦA PHẬT PHÁP

Cuộc trò chuyện giữa Thiên sư Ô Sào và Bạch Cư Di về đại ý Phật pháp sau đây sẽ cho chúng ta thấy rõ tầm quan trọng của việc tu tập chuyển hóa tam nghiệp:

Thi sĩ Bạch Cư Di hỏi: Thế nào là đại ý Phật pháp?

Thiên sư trả lời: Chớ làm điều ác, hay làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch.

Bạch Cư Di nghe xong thâm nghĩ, ngỡ là thiên sư sẽ khai thị cho mình đạo lý thâm sâu, không ngờ ngài lại dạy những điều tâm thường như thế. Cảm thấy thất vọng, Bạch Cư Di nói: Đạo lý này đứa bé ba tuổi cũng biết nói!

Thiên sư Ô Sào mỉm cười: Đúng thế! Đứa trẻ ba tuổi cũng nói được, nhưng ông lão 80 tuổi làm chưa xong.

Thế mới biết, chúng ta tu tập là cốt để chuyển hóa ba nghiệp ác của thân khẩu ý trở thành ba nghiệp thiện lành, trong sạch. Bài “Phật ngôn” – Chơn lý Luật nghi Khất sĩ, gồm 13 lời dạy của Đức Phật, được đức Tổ sư tuyển chọn, biên tập thành những ý pháp căn bản mà mỗi vị Tăng Ni Khất sĩ cần học thuộc lòng để ứng dụng vào cuộc đời tu hành. Trong đó, ngay câu Phật ngôn đầu tiên đã nhấn mạnh rằng: “*Đừng làm việc quấy nào hết, hãy làm việc phải luôn luôn, làm cho trong sạch các sở ý của mình. Ba cái lý đó tóm rút đạo lý của chư Phật*”.

Như vậy, đại ý Phật ngôn đầu tiên chỉ rõ rằng: Phật pháp thâm sâu, các pháp môn tu tập có thể được trình bày với nhiều hình thái khác nhau để phù hợp với căn cơ, trình độ nhận thức của chúng sinh, nhưng chung quy lại chỉ gồm ba điều: dứt ác, làm lành, giữ tâm ý trong sạch.

2. NHIỆP PHỤC THÂN KHẨU Ý THANH TỊNH - LỘ TRÌNH TU TẬP THÂN CHỨNG AN LẠC, GIẢI THOÁT TRONG HIỆN ĐỜI

Sở dĩ chúng ta phải khổ đau, trôi lăn trong sinh tử luân hồi là vì bám víu, lăm chắp thân, khẩu, ý của mình là chắc thật, rồi từ đó sinh khởi phiền não tham sân si, gây tạo vô số nghiệp tội. Do không nhận biết bản chất vô thường của kiếp sống, không nhận diện được các pháp vô ngã nên chúng ta cứ mãi chạy ngược xuôi theo dòng xoáy cuộc đời, đắm chìm trong thất tình lục dục.

Giờ đây, chư huynh đệ có duyên với giáo pháp của Đức Phật, phát bồ đề tâm xuất gia theo giáo pháp Khất sĩ của Tổ sư thì đó là một phúc duyên lớn mà chúng ta cần nên trân trọng. Một trong những ý pháp căn bản mà Tổ sư luôn luôn khuyên dạy hàng Tăng Ni Khất sĩ xuyên suốt trong bộ Chơn lý đó là tu tập thanh lọc, nhiếp phục thân khẩu ý trong sạch. Ý pháp này được Tổ sư dạy cụ thể trong quyển Chơn lý “*Tu và nghiệp*”:

Thân trong sạch ấy là xứ Phật

Miệng trong sạch ấy là pháp Phật

Ý trong sạch ấy là con Phật

Tâm trong sạch tức là đức Phật.

Lời dạy của Tổ sư súc tích, ngắn gọn nhưng khế hợp với giáo pháp của Đức Phật. Giữ tam nghiệp thanh tịnh mới được gọi là xuất gia chơn chánh, tức là vị Tăng Khất sĩ phải có giới đức trong sạch, tâm phải định tĩnh, thì trí huệ giác ngộ sẽ phát sinh, từ đó không còn phiền não nhiễm ô, xa lìa nghiệp tội. Ở đây, chư huynh đệ thấy Tổ sư từng bước nâng sự tu học của chúng ta theo từng bậc, có thể được hiểu như sau:

Thân gìn giữ giới luật khất sĩ, biết thu thúc lục căn, dứt sạch nghiệp trần – thân trong sạch, xứ Phật trang nghiêm thanh tịnh.

Miệng được nuôi dưỡng bởi giáo lý pháp bảo, dùng pháp bảo tiếp dẫn độ sinh – Miệng trong sạch, Pháp Phật được hiển bày.

Giữ Ý yên lặng, định tĩnh sáng suốt, bình đẳng không sở chấp, không phiền não nhiễm ô – Ý trong sạch, do đó thân tâm lưu xuất những điều tốt đẹp an vui mãi

mãi.

Và khi tam nghiệp: Thân, Miệng, Ý trong sạch, tức là hình thành hạt giống Tâm chơn như, không vọng động.

Điều này được Tổ sư nhấn mạnh trong quyển CL “Võ trụ quan”: *“Trau dồi thân khẩu ý lành tức là nuôi cây dưỡng hột, tạo cái ta, sinh ra cái biết, cái sống đời”*.

Tap Chi Nghien Cuu Phat Hoc Tinh Tan Nhiep Phuc Than Khau Y Thanh Tinh

2.1 Những chướng duyên trên bước đường tu tập an tịnh tam nghiệp

Trên bước đường tu học, luôn có những chướng duyên, khổ nạn mà mỗi người cần phải vượt qua. Những nghiệp báo gieo trồng quá khứ, bây giờ hội đủ duyên trở quả thì chúng ta cũng phải vui chịu nhận lãnh, đền trả nghiệp cũ. Nhưng dù thế nào, chúng ta cũng phải luôn nuôi dưỡng tâm bồ đề, chí nguyện xuất gia của mình. Xưa chưa biết tu thì khẩu ý cứ vừa vay – vừa trả nghiệp tội với muôn loại chúng sinh để rồi kiếp sống mãi luân hồi, không bao giờ được giải thoát. Nay chúng ta biết tu là phải dừng tạo những tập khí xấu ác nhiều đời, thân khẩu ý không gieo tạo thiện ác mỗi ngày, dừng tạo nghiệp hiện tại và vị lai. Dừng buồn khi gặp nghịch cảnh vì đó là sự trả nghiệp, cách trả nghiệp lý tưởng là xuất gia làm Khất sĩ, và xem trả nghiệp là pháp môn tu.

Thế mới biết rằng cõi đời có ra là do nợ nghiệp, cái chi mỗi chút cũng là quả báo hết, ai còn thân khẩu ý tức nghiệp nợ thiện ác còn gieo, thì kết quả tội phước khổ vui vốn không sai chạy. Chỉ trừ ra các bậc chơn tu lâu đời trả hết quả xấu, gieo toàn nợ nghiệp tốt, hay tự nhiên trơ lạng, làm khất sĩ không không thì mới mong dứt nghiệp, vì nghiệp của ai nấy lãnh, không ai thêm bớt cho ai...

Cũng vì thế mà kẻ phát tâm tu về tịnh nghiệp thật có rất nhiều trở ngại, mà lướt qua được trở ngại mới là giải thoát. Việc ấy tức như là một bức tường hay cái sàng, là sự cản ngăn kẻ biếng nhác, non gan, tham vọng, dơ bẩn, sàng lọc kẻ tội lỗi kém căn, khiến nên trong cõi Niết-bàn an lạc, kẻ chúng sinh phạm tam nghiệp tội không bao giờ đến được. Mà sự trả nghiệp ấy là phép tu tâm, là sự lập công tu đức, quý báu nên hay lắm. Có trả nghiệp nhiều mới đăng nhẹ nhàng khỏe khoắn thêm lên, cũng như sự tắm rửa, nhờ vậy tam nghiệp của tâm mới thanh tịnh vắng sinh Tịnh Độ. (Chơn lý “Tu và nghiệp”)

2.2 Tam nghiệp hằng thanh tịnh là vắng sinh Tịnh độ hiện tiền

Một người dứt bỏ tất cả thế sự bên ngoài, phát tâm xuất gia, nỗ lực diệt trừ phiền não, sống với tinh thần tự tại, sống với sự hiểu biết giác ngộ, làm chủ thân tâm, sẽ vượt thoát khổ đau, chết bỏ cảnh đời, đoạn nghiệp vắng sinh, được

sinh vào nhà Phật, ở trong xứ Phật, được giải thoát nhập đạo, làm Tăng chúng giải thoát.

Kìa như một người tu tịnh nghiệp là để trau dồi tam nghiệp thanh tịnh, để được vắng sinh Tịnh Độ, là bước qua cõi sống tinh thần, làm chủ cõi lý trí, dứt bỏ sinh tử luân hồi, để làm bậc giác ngộ, sống bằng giác ngộ, ở trong sự giác ngộ thanh tịnh, lấy lục độ vạn hạnh làm gốc chân mặt đất, chỗ ở của tâm cũng y như thế. Cuộc đời đối với họ, họ sẽ đứng ngừng, trơ lặng tự chủ, thế là họ được giải thoát trong sạch, không còn làm khách tố, quanh quẩn chui đụt trong trần nữa. Những kẻ ấy chừng được tiến lên y như vậy, tức là được vắng sinh Cực Lạc, Phật tiếp dẫn, Pháp hộ đưa, để cho nhập chúng làm Tăng giải thoát, ở trong giới luật Tăng-già là xứ Phật, đất Phật, cõi của lục độ thanh tịnh. (Chơn lý “Tu và nghiệp”)

Cõi Tịnh độ ở đây là pháp môn Khất sĩ (Giới-Định-Tuệ), là thân khẩu ý và tâm trong sạch. Tâm được hộ trì, điều phục là do giữ các giới hạnh, không vi phạm 10 điều ác; có chánh niệm, luôn nghĩ tưởng đến ân đức Tam bảo, để tâm an trụ trong vòng đạo đức và cần phải thực tập Văn-Tư-Tu. Tổ sư đã đưa ra yêu cầu đối với hàng Tăng sư xuất gia: *“Người tu là tam nghiệp phải thanh tịnh, mới mong chúng đắc Tịnh độ, vắng sinh về xứ an lạc của giới luật Tăng-già Khất sĩ, xuất gia giải thoát”*.

Cũng như có một người nợ, việc làm, lời nói, ý tưởng lanh lợi giỏi hay, nên muốn đi tu mà không ai cho cả, vì người ta sợ mất món lợi dùng. Bấy giờ người bèn tu tịnh nghiệp, thân khẩu ý không vọng động để cho trọn lành trong sạch, làm cho ma quỷ chán chê ố ghét, thế là không ai chịu bảo nuôi cho nó ngồi nằm ở không lo tu học đó cả, khi đó họ yêu cầu nó hãy xuất gia đi theo Phật đi. Như vậy tức là nó được xuất gia vắng sinh giải thoát, do sự chứng nhận yêu cầu của những kẻ khác. Mà ví dầu nó được người ta sẵn lòng nuôi, không cho đi nữa, thì nó ở tu tại đó, cũng như một nhà sư giữ giới cụ túc thanh tịnh, không ai xúi bảo nó nói làm tướng quấy được. Nó cũng như một nhà sư khất sĩ mắc nạn, đang mắc nạn cũng cố gắng giữ sự tu một cách khó khăn. (CL. “Tu và nghiệp”)

Ở đây, Tổ sư đưa ra ví dụ để chúng ta hiểu rõ hơn giá trị của việc gìn giữ tam nghiệp thanh tịnh. Bằng việc giữ giới pháp Khất sĩ thì dù ở đâu, trong hoàn cảnh nào người tu cũng sống yên vui tốt đẹp, có đức tính thiện lành, biết rửa sạch những cấu bẩn trong lòng, vui chịu kham nhẫn với đời, không màng thế sự, vui chịu trả xong nghiệp quả một lần, sống một cuộc đời yên bình, an lạc thanh thoi, không cho thân khẩu ý mỗi ngày vay thêm nghiệp mới. Đó chính là người đang đi trên con đường giải thoát.

2.3 Tam nghiệp không loạn vọng tạo thành ba cái mật, phát sinh thân thông

Phép thần thông có là do ba cái mật: thân mật, khẩu mật, ý mật.

Thân mật là không hay làm.

Khẩu mật là không hay nói.

Ý mật là không hay tưởng nhớ.

Ba cái mật là ba sự kín đáo bên trong, nói làm tưởng không cho phát lộ ra ngoài. Làm, nói sinh ra tưởng loạn. Không làm, không nói thì tưởng định. Thân khẩu sinh ra ý, và khi không còn thân khẩu là không còn ý.

Cái ý của thân khẩu bên ngoài là ý loạn. Và cái ý của thân khẩu bên trong, hay là không còn thân khẩu thì ý định.

Ý định gọi là chơn như, hay là không có ý, nghĩa là không có ý vọng động. Cũng như vỏ ruột sinh ra cái ngòi mộng. Ngòi mộng sinh cây, cây còn vỏ ruột mộng mất. Cái ý trước là ngòi mộng, cái ý sau là cây. Cây là phép thần thông, phép thần thông là do ý mật. Ma quỷ không có nói làm, ý mật mới linh thiêng. Vậy nên phép thần thông có là do ý mật, mà ý mật phải do nơi thân mật, khẩu mật.

Như vậy, Chơn lý “Thân mật” chỉ ra rằng: Thân thông hay thân mật trong mỗi người chúng ta đều có sẵn hết, chứ không phải tìm cầu bên ngoài. Quan trọng là mỗi người chúng ta phải tinh tấn nỗ lực tu tập thì thân mật, khẩu mật, ý mật tự nhiên sẽ hiển lộ. Khi biết tu rồi, chúng ta mới không còn bị chi phối bởi ba nhu cầu quan trọng ở đời là “*Làm, Nói, Nghĩ tưởng*”, ưa thích sự yên tĩnh, không bận rộn với sự nói làm để trọn thời gian tịnh tâm. Thế nên, Tổ sư dạy trong bài kệ “*Ỗ*”:

“Tịnh tâm, bớt nói, ngưng làm.

Lân lân nhập Thánh siêu phàm từ đây.

Đừng lòng cố chấp riêng tây

Cũng đừng tính có ý này, ý kia

Ta-người đừng tính phân chia

Có-không đừng tính, đoạn lìa hai bên...”

Chưa biết tu, tâm niệm của mỗi người luôn nghĩ tưởng lăng xăng, hết chuyện này đến chuyện nọ từ quá khứ đến hiện tại và tương lai. Đó gọi là tâm viên (tâm loạn động như vượn khỉ). Trước tám ngọn gió đời, ít ai thản nhiên tự tại, tâm trở nên bất an, ô nhiễm. Như một bản năng, con người sẽ có những hành động đáp trả lại từ thân khẩu ý, tạo ra nghiệp để rồi phải nhận lãnh quả báo.

“Đem thân làm kẻ tội đầy

Cho bao vật chất nó cai trị mình

Để tâm làm vật hy sinh

Suốt đời theo lệnh dục tình dặt lòi...” (Kệ “THÂN”)

Hay như:

Nói chi mắng nhiếc tung bừa

Miệng xây núi nghiệp biết chừng nào tan

Nói chi chửi rửa kêu vang

Lưỡi đào hố nghiệp, biết đàng nào lên

Họa tai vì miệng mà ra

Bệnh căn vì miệng, mà rên phù trầm...” (Kệ “KHẨU”)

Nay biết tu, tập tu chúng ta dừng lại “không hay làm”, “không hay nói”, “không hay tưởng nhớ”, tức là thân khẩu ý không còn làm, nói, nghĩ tưởng điều ác quấy, là giai đoạn đầu của sự tu. Đến một lúc nào đó ngay cả việc nói thiện, hành động thiện mình cũng buông, không còn dính mắc; vì sự yên tịnh của thân, khẩu còn quý hơn là sự nói thiện, làm thiện. Vượt qua điều xấu quấy, tâm nghĩ nhớ điều thiện, đến một lúc buông sự nhớ tưởng điều thiện, ta sẽ đạt đến thanh tịnh. Sự thanh tịnh này quý hơn là nghĩ tưởng điều thiện. Chỉ có sự tu tập chúng ta mới thân chứng được điều này. Vì thế Tổ sư dạy: “Cái ý của thân khẩu bên ngoài là ý loạn. Cái ý của thân khẩu bên trong, hay là không còn thân khẩu thì ý định”.

Sự linh nghiệm thân thông thiếu là bởi vọng động bên ngoài, mải lo làm, nói nhớ tưởng, mất cái tự nhiên yên lặng. Tự nhiên yên lặng là linh có sẵn, chớ chẳng đợi tìm đâu. Ai ai cũng có linh thiêng hết, sống chết đều linh, không linh là tại người kia vọng động. Nơi chỗ tự nhiên yên lặng, hòn đá sẽ linh, cái cây sẽ linh. Cục đất còn linh, huống chi người ta sao lại chẳng linh? Đúng chơn lý sự thật của mỗi chúng sinh là tự nhiên yên lặng, chơn nguyên linh ứng, tất cả chúng sinh đều đang ở trong cái yên lặng phủ trùm, giờ phút nào không vọng động là tự nhiên yên lặng.

Trong bài kệ “Ý” có câu: “Tâm không vạn sự điều không/ Tâm chơn vạn pháp thấy đông quy chơn/ Học đòi theo bậc Thánh như/ Phải trừ tâm vọng mới hoàn bốn nguyên”. Diệt trừ tâm vọng thì tâm chơn có mặt, thể tính của nó là tự nhiên

yên lặng. Tổ sư chỉ ra khả năng và trạng thái của người có ba cái mật:

Vậy nên những kẻ tu tâm là giữ gìn ba cái mật cho thật hoàn toàn ẩn bên trong kín đáo. Tức là kẻ ấy biết sống bằng linh hồn, kẻ ấy sống trong hai cảnh giới, có thân khẩu và không thân khẩu, người thông suốt trong cõi hữu vi và vô vi, người không còn tai nạn sợ sệt chi nữa hết. (CL. “Thân mật”)

Chư huynh đệ về tham dự khóa tu thiền thấy rõ, trong một ngày tu tập phần lớn thời gian chúng ta đều thực tập sự yên lặng, chánh niệm trong bốn oai nghi. Sự yên lặng đó giúp tâm an trú ngay thân, tỉnh giác thấy biết và làm nên đạo nghiệp của chính mình. Thời gian tu tập thiền định giúp chư huynh đệ quay về soi sáng, làm chủ ba nghiệp thân khẩu ý. Một khi thân khẩu ý tự nhiên yên lặng thì nhất định sẽ có thân thông, và đạt được quả linh của chính mình.

Thân khẩu ý mật kín đáo bên trong, tuy không thể nhìn thấy được nhưng nó có sức mạnh toàn năng, thấy biết muôn việc nơi mình và chúng sinh... Muốn tâm định thì cần phải có giới luật phòng hộ (tức 250 giới), giúp thân khẩu an tịnh, từ đó trí huệ phát sinh. Khi tâm định, không xao động thì ba cái mật tạo nên sự linh ứng. Nhưng để ba nghiệp trọn trong sạch phải miên mật trong việc tu, cần phải lựa chọn đề mục quán niệm, giữ một niệm hay đem một câu pháp nào đó để quán xét cho thấu đạt nghĩa lý. Nhờ sự ghi nhớ đề mục, sự định tâm vào pháp môn tu tập mà thân tâm được trong sạch, yên lặng. Ở đây, yếu tố tinh tấn là quan trọng nhất.

Tổ sư dạy: Một cái hột nứt vỏ, ruột hôi, thúi mòng thì không còn dùng được. Một bông hoa quý giá là bởi nơi sự búp kín. Một cái tâm hồn tốt đẹp là bởi nơi ba cái mật, không ai xem thấy kiếm tìm nó được. Một viên ngọc vô giá là bởi món ít có và khó gặp.

Một sức mạnh, một cứng rắn, ấy là ba cái mật của tự nhiên yên lặng, mà người ta thường gọi đó là phép thân thông. Mật nước đặc là bởi không xao động. Một linh hồn cứng chắc là bởi không phiền não... Một người chuyên môn quán tưởng một việc, lâu ngày cái ý định trụ, thành ra một sức mạnh linh thiêng...

Thân khẩu ý là tâm, là hột giống. Vậy nên tu tâm là thân khẩu ý phải giữ gìn trau sửa cho được tự nhiên vắng lặng, ẩn mật kín đáo trở lại, bởi chúng sinh là đã tập quen tính xao động bên ngoài từ lâu, tự mình tạo sinh khổ nạn. (CL. “Thân mật”)

Vai trò của định, sự kham nhẫn và đức tin trong việc tu tập thân khẩu ý mật:

Trong định thì có quả linh và đạo lý, trong yên lặng thì có trí huệ và thân thông. Mà muốn định yên lặng thì phải nhớ niệm, có giữ một niệm, ghi nhớ một việc

một chỗ, thì thân khẩu ý mới định, phát sinh thần mật. Có tâm tối quán xét một câu một nghĩa lý, thấu đáo được nghĩa lý thì tâm mới được sự mừng vui trong sạch và yên lặng. Trong cái chơn như là ý yên lặng. Chăm chú một sự gì là thân khẩu ý yên lặng. Biết bao muôn ngàn triệu ức pháp, pháp nào cũng có thể làm cho phát sinh thần mật được, pháp nào cũng có thể làm cho lục căn thanh tịnh, pháp nào cũng có thể làm cho tam nghiệp yên lặng được. Nhưng mà khó nhứt là sự bền công, vì vậy nên phải mượn tạm đức tin hay là bốn nguyện...

Muốn định thì phải giữ giới thiện lành trong sạch đã, thì mới mong phát đại trí huệ thành Phật. Trí huệ là sự quán xét diệt trừ phiền não, để bảo giữ cái định là thần mật. (CL. “Thần mật”)

Do bị lòng tham chi phối mạnh mẽ, nên con người dễ khởi lên những ý niệm sai lầm không phù hợp với đạo đức, với lẽ phải, với chơn lý; họ cống cao, ngã mạn... Đó là tà niệm, tà kiến và đó cũng là “tâm ma” trong mỗi người. Tâm này nếu tu tập cũng định cũng có thân thông, nhưng thân thông đó không bền lâu, vì bị ái dục chi phối.

Ma quỷ kia cũng định, cũng đắc thần mật linh thiêng, nhưng khác hơn Phật là ma quỷ không có trí huệ, và không có giữ giới thiện lành trong sạch. Nếu không có giới huệ, thì định chẳng bền lâu, phép linh có ngày mất. Kẻ tà ác mà có phép linh thật là nguy hiểm cho tính mạng nó. Nó sẽ tự cao, nó sẽ ham danh lợi. Người ta càng tôn nó thì tội ác của nó càng sinh, sự tà quấy của nó càng trộ, tham sân si phiền não càng dấy, phép thần thông của nó sẽ mất, lại bị sa vào địa ngục, vì tội chướng lạm mang, không thể gì ra khỏi đặng.

Vậy nên người tu phải biết rằng quả linh vốn sẵn có tự nhiên nơi yên lặng, chớ không phải tìm kiếm mong cầu theo niệm quấy! Mà người tu là nên phải biết quý tâm thần mật để diệt trừ phiền não, tội lỗi sai quấy thôi. Hay hơn nữa là tu để cho tâm hồn tốt đẹp quý báu, giúp ích cho đời, đặng đền ơn cho chúng sinh và Tam bảo, như thế mới được dứt trừ được nghiệp tội. Vì gốc của chúng sinh là tội khổ, cần phải tránh sự tự cao, đọa lạc. Như thế thì phép linh là phụ thuộc, chỉ có trí huệ, tâm chơn mới thật là của cải.

Phép thần thông sẵn có nơi mỗi người. Nó có mãi là khi nào tâm người ta định mãi, nó mất đi là khi nào tâm người rối loạn. Tâm loạn là bởi không giới luật, cũng như nước bị gió, đục bùn, thì chẳng yên lặng chảy thông. Gió hết bùn lắng thì nước định trong như cũ. Như thế là chúng ta rất tiếc cho những người kia. Họ nào có chịu biết cái linh của họ, và chung quanh họ ai cũng vọng động cả thì làm sao mà thấy có cho họ. Họ đành quên lửng món của cải quý báu vĩnh viễn hạnh phúc ấy, mà chỉ ôm đeo theo các cái bọt nước rong rêu, tan hiệp, không có gì hết, mãi chịu khổ nhọc không công sợ sệt. (CL. “Thần mật”)

2.4 Hộ giống thân khẩu ý trong quá trình tiến hóa của chúng sinh

Trong quyển Chơn lý “Tâm”, Tổ sư chỉ ra quá trình tiến hóa hộ giống tâm của chúng sinh từ cỏ cây, thú người, đến Trời Phật. Trong đó, tâm là hộ giống gồm 3 phân: thân khẩu ý.

*** Tâm nơi cỏ cây là tâm của con nít**

a. Nơi cỏ cây: Tâm là cái sống, như: tâm cây tre, cây trúc, là cái đọt phía trên giữa các lá nhánh, hễ rút đọt thì cây chết. Tâm cây xoài là cái rễ cái, chính giữa các rễ con phía dưới, hễ đứt rễ cái là nó chết. Tâm cây chuối là cái lõm lõi nơi giữa cây, hễ mất lõm lõi ấy thì cây chết. Nơi cỏ cây ta thấy cái tâm của thân, hoặc ở trên, ở dưới cũng có, nhưng nó là chủ của sự sống và ở giữa những cái chung quanh, nên gọi là tâm sống. Cũng như cái tâm của con nít là sự sống, nó chỉ biết nói, làm, lo, nhớ, tính cái sống thôi.

*** Tâm nơi thú người là cái biết, lấy biết làm mục đích, không màng đến những việc khác**

b. Nơi thú người: Tâm là sự biết, như: kẻ thì nói để cho biết, làm để cho biết, lo nhớ tính để cho biết. Đến khi chết rồi, thì chỉ còn cái biết ấy đem theo. Cũng như cái tâm của trẻ nhỏ, người nhỏ, họ sống để chỉ tìm thấy nghe hiểu cho được biết, họ là cái biết, lấy biết làm tâm, nên gọi là tâm biết. Lấy biết làm mục đích nên ráng học tìm, không cần khổ vui, được mất, miễn là cho được cái biết với đời.

*** Nơi Trời Phật, tâm là sự linh diệu mầu nhiệm, huyền bí ẩn mật, thần thông, yên lặng**

c. Nơi Trời Phật: Tâm là sự linh thiêng huyền bí ẩn mật, thần thông, yên lặng. Các Ngài dầu có nói, có làm, có lo lắng nghĩ ngợi đi nữa, là cốt yếu để đem lại cho cái chơn như yên lặng nín nghĩ mà thôi. Bởi chủ tâm là chơn như yên lặng, chứng linh diệu và nuôi luôn các cái biết, cái sống, nên gọi tâm của Trời Phật là linh diệu.

Tổ sư chỉ ra điểm khác biệt giữa tâm phàm phu chúng sinh và tâm chân như tính Phật. Tâm chúng sinh thì ít kỷ nhỏ nhen, hơn thua tranh chấp, dối trá dễ thay đổi, như hộ giống còn non nhỏ, yếu ớt dễ bị hư mục, dụ cho thân khẩu ý chưa thuần thiện, hay đổi thay, dễ bị nhiễm với pháp trần. Tâm chơn như Phật tính là sự trâm tĩnh yên lặng, sáng suốt, như hộ giống già chín, no tròn chắc thiết, không hư hoại, dụ cho thân khẩu ý giác chơn.

Tâm là hộ giống sau rốt, hay giác chơn, Phật; còn chúng sinh thì cái tâm đang thành tựu còn non nớt nhỏ nhít yếu mềm, nên gọi là chưa có tâm. Chưa có chớ

chẳng phải là không có. Cũng như chưa có giác chơn, chớ chẳng phải là không có giác chơn. Cho nên nói chúng sinh là Phật vị lai, chớ hiện tại chưa phải là Phật rồi.

Cũng như hột giống còn non nhỏ đang ẩn trong trái, hoặc chưa có, chớ chẳng phải là không có hột giống. Hột giống có ba phần: thân làm, miệng nói và ý tưởng, tức là thân, khẩu, ý; hay làm, nói, tưởng. Chính cái nghiệp nơi thân khẩu ý là tâm. Vậy nên muốn biết tâm của kẻ khác ở tại đâu, ra sao thì ta hãy xem nơi sự nói, làm, tưởng của họ. Nếu bỏ nói làm tưởng ra là tâm không có.

Kể đến, Tổ sư phân chia các cấp bậc, trình độ tiến hóa của chúng sinh để chúng ta nhận biết mình đang ở hạng bậc nào? Từ đó nỗ lực tiến tu, đạt được tâm chơn như của Phật. Tâm chơn là thân khẩu ý thanh tịnh, kết quả sau cùng của hột giống Phật nơi mỗi chúng sinh là chơn như, là pháp lý, là đạo quả:

Muốn thành tựu cái tâm, hột giống, thì cần phải có đủ cả thân khẩu ý, nếu thiếu một cái cũng chưa gọi là tâm hột giống được, hay như hột giống còn lỗ dở chưa tròn. Một người kia nói ác nhưng không làm ác, hoặc làm ác mà không nói ác, hoặc ý tưởng ác mà không làm, như thế cũng hột giống lỗ dở chưa thành tựu.

Vậy cho nên:

Hột giống THÚ là thân khẩu ý ÁC.

Hột giống NGƯỜI là thân khẩu ý NHƠN.

Hột giống TRỜI là thân khẩu ý THIỆN.

Hột giống PHẬT là thân khẩu ý CHƠN.

Nói cho rõ nữa, kẻ thì lấy ác làm tâm, kẻ thì lấy nhơn làm tâm, kẻ thì lấy thiện làm tâm, kẻ thì lấy chơn làm tâm. Ác, nhơn, thiện, chơn là pháp lý nên gọi là tâm lý, lấy lý mà tạo thân khẩu ý làm thành tâm hột.

Tâm ác như hột non, tâm nhơn như hột lớn, tâm thiện như hột già, tâm chơn như hột chín no tròn chắc thiết đời đời. Chính tâm chơn mới gọi là thiết tâm, còn tâm vọng động của ác nhơn thiện là hột giống còn có thể hư hoại, dời đổi chưa chắc định. Cũng như trong cái chơn như không vọng động thì thân khẩu ý mới chắc thiết của ta, là ta, là chơn ngã. (CL. “Tâm”)

Thân khẩu ý của chúng sinh điên đảo theo vạn pháp, không tự chủ, rồi bởi lúc này lúc khác, là “tâm bệnh” mà tâm bệnh thì có muôn triệu chứng, để rồi “chính mình là kẻ bệnh và truyền lây kẻ khác”. Tâm bệnh là tâm có nhiều phiền não, ý niệm sai lầm. Gốc thì chỉ có 10, gọi là thập kiết sử luôn sai khiến và ràng

buộc chúng sinh. Muốn khỏi bệnh là phải tập tu, lấy pháp thiện của bậc trí để trau dồi thân khẩu ý, để chữa lành bệnh tham sân si. Tổ sư chỉ rõ đâu là nguyên nhân của tâm bệnh và phương thuốc chữa trị hiệu quả:

Thế nên, chư Phật gọi chúng sinh là những con ma bệnh, chính mình là kẻ bệnh và truyền bệnh lây kẻ khác. Nọc bệnh là tham sân si tam độc, cái chất độc có từ trong tứ đại, là mẹ đẻ của chúng sinh. Bởi tham sân si mới sinh ra muôn triệu thân khẩu ý là tâm bệnh. Tham sân si là pháp độc, là tâm bệnh mà nơi mỗi người pháp độc bệnh hằng xây trở ra muôn triệu chứng, muôn triệu pháp, muôn triệu tâm, muôn triệu đạo, muôn triệu cái kết quả độc hại khổ sở.

Những ai muốn chữa bệnh tức là phải tu, phải lập một tâm, lấy giữ một pháp, thật hành một đạo, phải lựa pháp lý nào tốt đẹp yên vui, trọn lành, sáng mà làm trung tâm điểm, cốt yếu mục đích tâm. Tập cho thân khẩu ý thuần thực, tủa ra nhập vào, toàn là pháp quý báu ấy, để cho được kết quả chơn như, trọn sáng lành yên vui tốt đẹp, mạnh mẽ sống đời (Pháp lành sáng là thuốc hay, và chơn như là không còn bệnh hoạn). Muốn vậy thì người bệnh là chúng sinh phải kiên tâm trì chí, nhứt tâm uống thuốc, giữ một thứ thuốc nào trị ngay bệnh mình đó, mà uống mãi cho đến khi lành mạnh. Lấy món thuốc lành đó làm tâm, làm thân khẩu ý, làm ta, của ta, tức là lấy một thiện pháp làm tâm...

Chúng sinh có muôn triệu tâm, người tu có một tâm và Phật không có tâm nào cả. Hay người ta nói ngược lại nghe cũng được là Phật mới có tâm, người tu đang tạo tâm và chúng sinh thì chưa có tâm gì cả. “Chưa có” đây, nghĩa là chưa có cái thiện lành nào, chỉ có muôn triệu cái ác bệnh, tai hại vô ích cũng như chưa có, như cả biển cát mà chưa được một hột vàng nên gọi là chưa có, vì vàng thì hữu dụng và quý hơn cát. (CL. “Tâm”)

Để tâm ý thanh tịnh, đòi hỏi chúng ta phải tu tập nơi sáu căn. Khi mắt thấy sắc, tai nghe âm thanh, mũi ngửi mùi hương, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý nhận biết... mà không khởi niệm gì hết, không khởi tâm phân biệt, tức là không để ý ô nhiễm chen vào, thì sẽ không có ái, có tham, thì cũng sẽ không có sân, có si, có sầu bi khổ ưu não... Đó là pháp tu thanh tịnh tâm.

Đối với người xuất gia, hãy lấy việc học, sự tinh tấn tu của mình là phương thuốc chữa tâm bệnh. Bởi vì, chúng ta là kẻ đang tạo hột giống thiện lành, chơn như, tức là còn đang bệnh (bệnh phiền não nhiễm ô, chấp ngã, nhơn, chúng sinh...), chỉ khi nào bắt mạch tìm ra đúng bệnh, uống thuốc đúng thời, uống lâu dài (nuôi dưỡng pháp lành mỗi ngày), thì bệnh ấy mới khỏi được (thành Phật Thánh). Đặc biệt, chúng sinh có muôn vạn tâm bệnh khác nhau, tự mỗi người phải nhìn thấy mình đang bị bệnh gì, để tìm thuốc uống phù hợp.

Người tu là kẻ chữa bệnh, bệnh ấy là tâm pháp đạo tà, là thân khẩu ý xấu. Người tu là rèn trau thân khẩu ý tốt, lấy pháp hay thuốc quý nào đó làm tâm, và thật hành mãi cho đến khi kết quả mạnh lành, chơn như thành Phật. Như thế nghĩa là không ai tu bắt chước ai được, cũng như người kia đau bụng, kẻ nọ đau đầu; mỗi người phải tự biết lấy chứng bệnh của mình, tự tìm lấy món thuốc cho hợp và tự uống lâu ngày, chớ không phải mời thỉnh rủ ren người kia uống thuốc của bệnh mình, hay như bắt chước xin thuốc bệnh kia cho mình uống được. Chúng sinh ai mà không bệnh, bằng được chơn như như Phật, như kẻ không đau thì mới khỏi phải tu tập uống thuốc, hay tâm pháp đạo gì, tức là không có chi hết. (CL. “Tâm”)

Tâm chúng sinh vốn là Phật nhưng do còn vô minh và vọng tưởng tham chấp, nên bản tính ô nhiễm tạm thời, và có muôn vạn sai biệt. Khi tu tập thân chứng được giác ngộ, chơn như, không vọng động thì tâm chúng sinh là một, không khác biệt với chư Phật. Do vậy, mà Kinh Hoa Nghiêm chỉ bày sự đồng nhất của tất cả mọi sự *“tất cả là một, một là tất cả”* và nói sự đồng nhất của ba thực thể *“Tâm, Phật, Chúng sinh cả ba không sai khác”*.

Tất cả chúng sinh chỉ có một cái tâm như nhau không sai khác, ấy là cái chơn như không vọng động. Cũng như cái chết, cái ngủ, cái yên lặng, cái nín nghĩ, là tất cả in nhau như một.

Vậy nên tất cả chúng sinh mà chỉ có một cái tâm, tâm ấy là Phật, là tâm chơn, pháp chơn, đạo chơn, quả chơn, tức là thân khẩu ý chơn như không vọng động. Ngoài cái chơn như một ấy, là tất cả chúng sinh đều vọng động, thì nào còn có ai giống được với ai và làm sao sống chung, ở chung với nhau cho được. Thế nên, Phật gọi đời là một đám rừng hỗn loạn bởi vạn tâm, vạn pháp, vạn đạo, vạn quả chen lẫn tranh đua, thì đâu có sự hòa bình yên vui mãi mãi. Như vậy là chỉ có Phật mới có tâm chắc thiết, có một tâm ẩn kín quý báu, và dầu bao nhiêu, tất cả chư Phật cũng chỉ có một tâm, giá trị in nhau thôi, tâm ấy là chơn như pháp. (CL. “Tâm”)

3. KẾT LUẬN

Vậy chúng ta nên nhớ rằng: Tâm là thân khẩu ý, ngoài thân khẩu ý thì không có tâm, thế thì ta hãy bỏ tâm xấu lấy tâm tốt, bỏ dở lấy hay vậy. Và sự tu là tu tâm chớ không có tu riêng thân, hay khẩu, hoặc ý gì cả. Nhưng cũng tùy nơi bệnh nào nhiều là người ta phải lo chữa sửa nó trước, để rồi tất cả đều được trọn lành, là tâm chơn tốt đẹp, nên tức gọi là tu tâm.

Thân làm là bao vỏ của tâm hạt.

Miệng nói là thịt com của tâm hạt.

Ý tưởng là ngòi mội của tâm hột.

Gồm cả thấy là tâm hột, nếu tốt chắc là đời đời, bằng xấu hư là tiêu hoại, đó là sự sống hay chết của tâm hột. Vậy chúng ta nên phải lựa tìm pháp tốt quý yên vui nào đó làm tâm, và thực hành vun bồi tô đắp, vừa là được sự kết quả vĩnh viễn cho ta, và để gương đạo lại cho kẻ chung quanh đời sau đi theo với; ấy là để ân hậu lại đời đời, giá trị của ta xứng đáng biết bao! Có như thế mới phải là đền ơn tứ đại, vạn vật, chúng sinh và các pháp...

Những pháp mà chúng sinh mãi sàng lựa kinh nghiệm, khổ nhọc trong đời, rốt cuộc chỉ được cái chơn như, và đến với chơn như. Chơn như là chỗ đến của tất cả nên gọi là pháp, là đạo, là tâm của tất cả. Dầu ai không biết đi đâu, ở đâu, đến đâu, làm, nói, tưởng chi chi... mà nếu giữ ngay cái chơn như là đúng ngay, trúng phép vậy.

Thế nên gọi tất cả chúng sinh có một đạo, có một pháp, có một tâm, cũng như thân người có một trái tim, mà sự sống của tất cả cơ thể đều do những lần máu của một trái tim một. Chơn như là tâm của tất cả, ai chưa biết chơn như là kẻ đó chưa biết tâm mình. (CL. "Tâm")

Đức Phật từng dạy trong Kinh Pháp cú rằng: *"Nếu đã làm việc lành, hãy nên tiếp làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành nhất định thọ lạc"* (Câu 118). Chúng sinh trong quá trình tu tập cần lấy công đức, thiện pháp làm tư lương, đây là những nhân tốt để lìa phiền não, diệt khổ đau; chứ không thể đem theo ác pháp và nghiệp tội, vì nó khiến chúng ta đọa lạc, khổ đau trong lục đạo.

Thế nhưng, chơn lý tuyệt đối là siêu việt thiện ác, thoát khỏi nhị nguyên, không còn vướng mắc trong ý niệm đối đãi đó nữa. Không mang tâm phân biệt nhân - ngã, thì không có tham sân si, nơi đây không tác thành nghiệp tội. Khi không còn ác thì ý niệm thiện cũng không còn, con người sẽ nhận diện được bản tâm "không thiện không ác". Đó chính là sự "tu tâm" hay *"Chơn như là tâm của chúng sinh"*, mà đức Tổ sư đã dạy qua đoạn Chơn lý nêu trên. Lời dạy này cũng khế hợp với lời dạy của Đức Phật trong Kinh Pháp cú qua các câu 39, 267, 412 như sau:

* *"Tâm không đầy tràn dục,*

Tâm không (hận) công phá,

Đoạn tuyệt mọi thiện ác,

Kẻ tỉnh không sợ hãi".

* *"Ai vượt qua thiện ác,*

Chuyên sống đời Phạm Hạnh,

Sống thẩm sát ở đời,

Mới xứng danh tỳ kheo”.

** “Người sống ở đời này*

Không nhiễm cả thiện ác,

Không sầu, sạch không bụi

Ta gọi Bà-la-môn”.

Tại sao phải vượt trên cả thiện và ác, bởi vì cả hai đều gây nhân tái sinh thọ hưởng quả báo tốt xấu, còn bị sinh tử trói buộc. Còn hành động là còn vọng tâm bay nhảy, vòng luân hồi theo nghiệp thiện ác cứ thế tiếp diễn. Đức Phật dạy không trụ vào tất cả pháp thiện và ác thì không sợ hãi gì, vượt qua sự trói buộc của pháp thiện và ác thì được gọi là vị Tỳ-kheo, hay Bà-la-môn thành tựu phạm hạnh giải thoát ngay trong đời này.

Vì thế, Tổ sư kết luận rằng: *“Những pháp mà chúng sinh mãi sàng lựa kinh nghiệm, khổ nhọc trong đời, rốt cuộc chỉ được cái chơn như, và đến với chân như”*. Chân như là bản tính tự nhiên của chúng sinh, nó chân thật, không hư vọng, như nhiên, không sinh không diệt, thoát ly ý niệm, tướng trạng phân biệt. Chân tâm thanh tịnh là tâm không còn chấp trước, là tâm bất nhị, không thiện không ác. Đoạn Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm Định tuệ sau đây sẽ nói rõ vấn đề này:

“Thiện tri thức! Xưa nay Chánh giáo không có đốn tiệm, chỉ tính người có mau chậm mà thôi. Người mê hiểu đạo dân dân, người ngộ thì tỉnh tức khắc. Khi đã tự biết bốn tâm, tự thấy bốn tính thì không khác nhau. Do đó mà lập ra giả danh đốn tiệm.

Thiện tri thức! Pháp môn này xưa nay lấy Vô niệm làm Tông, Vô tướng làm Thể, Vô trú làm Gốc. Vô tướng nghĩa là ngay nơi tướng mà lìa tướng. Vô niệm nghĩa là ngay nơi niệm mà lìa niệm. Vô trú là bản tính con người đối với thiện ác, đẹp xấu, ghét yêu ở thế gian; đối với lời xúc chạm, đâm thọc, khinh bỉ, tranh cãi, đều coi như không, không nghĩ đến chuyện trả đũa, trong từng mỗi niệm không nhớ cảnh trước. Nếu niệm trước, niệm này, niệm sau nối nhau không dứt, ấy gọi là trói buộc; nếu đối các pháp không trú vào niệm nào thì không bị trói buộc nữa. Ấy là Vô trú làm gốc.

Thiện trí thức! Tự tính chân như khởi niệm, thì sáu căn có thấy nghe hay biết mà không nhiễm vạn cảnh, chân tính tự tại, nên kinh dạy “*Khéo phân biệt các pháp tướng, thì đối với đệ nhất nghĩa được tính bất động*”.

Như vậy, pháp tu của Lục Tổ là “*Vô niệm làm Tông, Vô tướng làm Thể, Vô trú làm Gốc*” giúp hành giả trở lại với cái tâm vô phân biệt ban đầu (tự tính chân như thanh tịnh), hay còn gọi là “bản lai diện mục”. Phật tính là tính không hai, là tính giác ngộ. Giác ngộ là Niết bàn, nơi chẳng còn trụ chấp vào thiện ác.

HT.Thích Giác Toàn Nguồn link: <https://daophatkhat-si.vn/giao-phap-khat-si/ngghien-cuu/tinh-tan-tu-tap-nhiiep-phuc-than-khau-y-thanh-tinh.html>